



Prévention du suicide: Un monde connecté

Le suicide est un problème majeur de santé publique. La douleur psychologique qui conduit une personne à s'ôter la vie est inimaginable. Ces décès laissent les familles et les amis dépourvus, et ont souvent un effet d'entraînement important sur les communautés.

Chaque année, près d'un million de personnes meurent de suicide, ce qui correspond à peu près à un décès toutes les 40 secondes. Ainsi, le nombre de vies perdues par suicide dépasse le nombre total de décès dus aux homicides et à la guerre.

Le suicide compte parmi les trois causes principales de décès chez les personnes âgées de 15 à 44 ans dans certains pays, et est la deuxième cause de décès chez les 10-24 ans; ces chiffres ne comprennent pas les tentatives de suicide qui sont beaucoup plus fréquentes que le suicide lui-même (10 fois, 20 fois ou plus encore, selon certaines études).

En 2004, les décès par suicide représentent 1,3% des décès dans le monde.

Les troubles mentaux (en particulier la dépression et l'alcoolisme) sont un facteur de risque majeur de suicide en Europe et en Amérique du Nord. Cependant, dans les pays asiatiques, l'impulsivité joue un rôle important. Le suicide est complexe, associant des facteurs psychologiques, sociaux, biologiques, culturels et environnementaux.

L'**Association Internationale pour la Prévention du Suicide (IASP)** et l'**Organisation Mondiale de la Santé (OMS)** se sont engagées dans la prévention du suicide. Ces organisations reconnaissent la Journée Mondiale de Prévention du Suicide comme une date importante dans le calendrier international. Cette journée réunit des individus et des organisations impliqués dans la prévention du suicide, et qui se mobilisent pour sauver des vies.

La Journée Mondiale de Prévention du Suicide est célébrée le 10 septembre, chaque année, depuis 2003. En 2014, le thème est : « **La prévention du suicide: un monde connecté** », mettant l'accent sur l'importance des liens à plusieurs niveaux pour prévenir le suicide.

« Être connecté » est crucial pour les personnes vulnérables au suicide. Des études ont montré que l'isolement social peut augmenter le risque de suicide et, à l'inverse, que d'avoir de forts liens humains peut avoir un effet protecteur. Tendre la main à ceux qui se sont coupés des autres et leur offrir soutien et amitié sont des actes pouvant sauver la vie.

« Être connecté » peut aussi être compris en termes de soins cliniques. La maladie mentale, notamment la dépression, est un facteur de risque important de suicide. À l'échelle internationale, les traitements pour la maladie mentale se sont améliorés mais leur accès reste inégal. Les acteurs de soins primaires, qui sont souvent le premier recours pour les personnes souffrant de maladie mentale, ne sont pas toujours en mesure de la diagnostiquer et de la traiter. Les acteurs de soins spécialisés en santé mentale ne sont pas toujours disponibles et les possibilités d'orientation peuvent être limitées. Même lorsque les services sont disponibles, ils ne sont pas toujours suffisamment bien coordonnés pour offrir des soins optimaux. Les personnes souffrant de maladie mentale « passent souvent à travers les mailles du filet », en particulier - mais pas exclusivement - dans les pays en développement.

Les liens et la collaboration entre les différents services sont également importants pour la prévention du suicide. Disponibilité, réactivité et offre de soins adaptée à la situation sont aussi souhaitables pour aider une personne souffrant d'un trouble mental.

Enfin, « être connecté » est nécessaire au niveau national et international. Beaucoup d'organisations cliniques et non cliniques travaillent pour la prévention du suicide mais leurs efforts ne sont pas toujours synchronisés. La Journée Mondiale de Prévention du Suicide s'est avérée très efficace pour encourager les organisations à coordonner leurs efforts et apprendre les unes des autres. La JMPS a également aidé ceux qui ont été endeuillés par un suicide à se faire entendre dans les débats sur la prévention du suicide. Elle a aussi identifiée des actions efficaces dans la prévention du suicide.

Cette année, la Journée Mondiale de Prévention du Suicide est marquée par la publication par l'OMS du **Rapport du suicide dans le monde (WSR)**. Ce rapport fait suite à l'adoption du Plan d'action pour la santé mentale 2013-2020 par l'Assemblée Mondiale de la Santé qui engage les 194 États membres à réduire leurs taux de suicide de 10% d'ici 2020.

Ce Rapport du suicide dans le monde dresse l'état actuel de la prévention du suicide à l'échelle internationale.

Le WSR :

- décrit l'épidémiologie du suicide, présentant les données nationales et internationales les plus récentes;
- met en débat les facteurs de risque et les facteurs de protection pour le suicide, en accordant une attention particulière à ceux qui sont modifiables. Il présente les résultats prometteurs des interventions clés pour la réduction des actes suicidaires;
- décrit les stratégies nationales de prévention du suicide mises en place dans un certain nombre de pays, en soulignant leurs points communs;
- rassemble ces informations et fait des recommandations sur l'orientation future des actions en prévention du suicide dans les différents pays et cultures.

Le Rapport du suicide dans le monde est une ressource inestimable pour ceux qui travaillent à la prévention du suicide et apporte des éléments d'information aux acteurs élaborant des politiques de prévention et organisant leur mise en œuvre.

Le WSR a pour objet :

- d'être un guide pour les gouvernements dans les pays où la prévention du suicide n'est pas encore devenue une priorité de l'agenda politique;
- de fournir des orientations pour les services cliniques et non cliniques sur les interventions potentiellement utiles visant à réduire les comportements suicidaires chez les personnes vulnérables;
- d'apporter un appui à ceux qui ont été endeuillés par un suicide ou ont pensé au suicide eux-mêmes, les aider à comprendre qu'ils ne sont pas seuls et qu'il y a de l'espoir.

En ce sens, le Rapport du suicide dans le monde est partie prenante, à tous les niveaux, du thème « être connecté » de la Journée Mondiale de Prévention du Suicide.

Prenez part cette année à la Journée Mondiale de Prévention du Suicide ! Le 10 septembre, joignez-vous à ceux qui œuvrent à la prévention du suicide. Ensemble, nous pouvons attirer l'attention sur ce problème majeur de santé publique et veiller à ce qu'il reçoive l'attention politique qu'il mérite.

Une action symbolique de la Journée Mondiale de Prévention du Suicide est « Cycle autour du Globe » de l'IASP. Nous encourageons tous les pays à se rassembler. Rejoignez-nous.

<http://www.iasp.info/>

<http://www.unps.fr/la-journee-mondiale-1.html>